

Nombre del alumno:

Anthony González Gordillo

Licenciatura:

Nutrición

Trabajo:

RESUMEN DE LA DESNUTRICION

Docente:

NEFI ALEJANDRO SANCHEZ GORDILLO

Materia:

Introducción a la nutrición

Fecha de entrega:

21 de octubre del año 2022

## Introducción

En este trabajo recopilaremos y resumiremos información acerca de un tema muy importante, no solo para estudiantes de la licenciatura de nutrición sino para todo el mundo sin restricción de edades.

Hablaremos acerca de un tema polémico y de suma importancia, el cual es LA DESNUTRICION, este tema es crucial para la sociedad, porque, si bien es cierto no en todos los países tiene grandes problemas de desnutrición la mayoría de los países del continente africano tienen un gran índice de desnutrición en el mundo, aclaro no es que solo en este país tengamos desnutrición sino que es en el que se tiene la mayor concentración o el mayor indicador a comparación de otros países y ciudades.

También tendremos otro tema de gran interés inmerso en el desarrollo de este trabajo el cual nos habla acerca de la historia de los primeros nutriólogos exponentes de México, algo que a los amantes de este tema y lo relacionado a la nutrición les interesara mucho.

# Desnutrición

La desnutrición es una enfermedad que es producto de una alimentación incorrecta y por ello no permite la absorción de los nutrientes necesarios para poder tener el equilibrio del organismo, este se presenta cuando no se ingieren alimentos, ya que la falta de consumo de estas alimentos hace que el organismo tenga que consumir más calorías de lo que se consume en el día.

Existen muchos síntomas que sufren las personas que se encuentran en desnutrición, pero dentro de los más resaltantes podemos citar: la fatiga, los mareos y la pérdida de peso, además de estos otros síntomas muy delicados que pueden llegar a producir la muerte de una persona.

Las personas desnutridas tienen muchos síntomas, pero los más destacados son la fatiga, los mareos y la pérdida de peso, entre otros síntomas muy sutiles que pueden llevar a la muerte.

La desnutrición es una enfermedad asociada con la muerte de bebés y niños ya que en los países en desarrollo son los que más sufren de desnutrición debido a la falta de ingesta de energía y proteínas necesarias para que el cuerpo funcione correctamente.

Es una de las enfermedades más comunes y está íntimamente relacionada con la falta de recursos para adquirir y consumir los alimentos necesarios para obtener una alimentación adecuada y equilibrada para el correcto funcionamiento del organismo.

## **CAUSAS DE LA DESNUTRICION**

La principal causa y la más común es la falta de ingesta de alimentos, lo que lleva a que el cuerpo gaste más energía de la comida que consume, sin embargo, existen circunstancias ambientales, sociales y políticas que pueden incidir en la desnutrición de una persona, así como patologías médicas que produzcan la no absorción, o absorción deficiente de los nutrientes necesarios.

El primer grupo incluye hambrunas, guerras, conflictos armados, desplazamientos de población, sequías, pestilencias y la pobreza relacionada, que es especialmente notable en los países africanos (excepto Sudáfrica) y los países en desarrollo de América Latina.

En un segundo plano hablamos sobre enfermedades como la anorexia, bulimia, enfermedad celíaca, depresión, problemas gastrointestinales. La desnutrición puede causar dos enfermedades: la primera es el kwashiorkor, que es causada por una cantidad insuficiente de proteínas en la dieta, y la segunda es la emaciación, que es una debilidad excesiva causada por una ingesta calórica dietética total insuficiente.

## **CONSECUENCIAS DE LA DESNUTRICIÓN**

La desnutrición puede conducir a varios problemas de salud, entre los que se puede mencionar la condición del corazón de una persona, ya que pierde glóbulos, lo que lleva a un corazón debilitado, lo que consiguientemente lleva a una insuficiencia cardíaca, que finalmente conduce a la muerte.

Afecta el sistema inmunológico, lo debilita y provoca una falta de glóbulos blancos en el cuerpo debido a la falta de alimentos, lo que hace que una persona sea susceptible a muchas enfermedades e infecciones, puede enfermar a una persona y la enfermedad es difícil de curar y puede afectar la curación.

La persona puede sufrir problemas para el aprendizaje, retención de la memoria y en su desarrollo intelectual adecuado. De igual manera se puede generar un cuadro anémico en la persona, lo cual afecta directamente a la sangre de ésta.

## **PREVENCIÓN DE LA DESNUTRICIÓN**

La manera más sencilla de poder prevenir la desnutrición es mediante el consumo adecuado de los alimentos y calorías que generen nutrientes y energía que necesita el cuerpo y el organismo para su correcto funcionamiento y desarrollo.

Es importante mantener una alimentación adecuada y balanceada que permita aportar todo aquello que el cuerpo necesita, tanto las calorías, energías y grasas para evitar una desnutrición.

Los bebés, niños y adolescente deben ser bien alimentados, así como, gozar del servicio de un pediatra que monitoree los valores de crecimiento, específicamente de talla y peso, para verificar que el crecimiento se encuentra en los niveles normales para su edad.

Todo esto debe ser acompañado del consumo de leche en los más pequeños e ir mejorando su dieta y alimentación dependiendo de su edad.

## **HISTORIA DE LOS PRIMEROS NUTRIÓLOGOS EXPONENTES DE MÉXICO**

El Dr. José Quintín Olascoaga Moncada, es considerado como el pionero de la Dietología en México. El Departamento de Salubridad inicia en 1936 la enseñanza de la Nutriología preparando al personal para las encuestas de alimentación que realizaba la sección de investigación de la alimentación popular, esto en el año de 1936.

En 1943 se imparte el curso único para formar dietistas en funciones específicas en el Hospital Infantil de México; el curso estuvo a cargo del Dr. Rafael Ramos Galván, quien concluía que la labor del pediatra era acompañar al niño en su crecimiento y desarrollo, en su transformación en un ser humano pleno. Los egresados de dicho curso, se incorporaron al Servicio de Dietóloga del mismo hospital en México

Los pilares de la nutriología en México han sido muchos, los primeros líderes y creadores de instituciones fueron: Francisco de Paula Miranda, Federico Gómez y Salvador Subirán. Los primeros pasos tenían que ver con el propósito de estudiar el consumo de alimentos en México y su contenido Nutricio. Las principales actividades se realizaron con el estudio del consumo de alimentos en México, su contenido nutrimental y la desnutrición infantil.

En 1963 el doctor Pedro Daniel Martínez se dedicó a formar personal para el trabajo epidemiológico en la Escuela de Salud Pública, dependiente de la Secretaría de Salud, en donde se sembró el interés por el trabajo sanitario y comunitario; esta institución fue la primera que formó recursos humanos en nutrición a nivel licenciatura, con reconocimiento de la Secretaría de Educación Pública.

De las Licenciaturas en nutrición que actualmente se ofrecen en México las de mayor antigüedad es la que se imparte en la Universidad Iberoamericana, Campus Cd. de México, que inició en 1972.

El Dr. José Quintín Olascoaga Moncada, es considerado el pionero de la Dietología en México. Su interés por la Nutrición se inició en 1934, año en que formó parte de una Comisión en la Misión Cultural Urbana de la Secretaría de Educación Pública. En 1935 ingresó al Hospital General de México, como Jefe de la Sección de Investigación de la alimentación popular.

## CONCLUSION

Para concluir este trabajo puedo decir que satisfactoriamente me he quedado con muchos conocimientos nuevos acerca de los dos temas de importancia de los que se habló con anterioridad, el buscar, redactar e incluso indagar más a fondo dudas que iban saliendo en el momento de la redacción o búsqueda de información, hizo más dinámico el trabajo y con ello que mucha más información la cual no conocía antes se fuera almacenando en mi cabeza.

También en el tema de los primeros nutriólogos en México, fue un tema que puedo decir desde mi punto de vista que en mi vida había escuchado y al meterme de lleno a buscar información, poco a poco me percataba de que la nutrición tuvo una aparición algo tardía en el país o si bien ya existía, no tenía como tal el reconocimiento del gobierno ni programas de salud del gobierno, por ello, no se conocía mucho o muchas personas eran “ignorantes” al preguntarles o cuestionarles acerca de la nutrición o de los especialistas en esta, es decir, los nutriólogos.



## BIBLIOGRAFÍAS

"Desnutrición". En: Significados.com. Disponible en: <https://www.significados.com/desnutricion/> Consultado: 21 de octubre de 2022

Historia de la profesión del Nutriólogo. (2022, enero). PRECEDEN. Recuperado 21 de octubre de 2022, de <https://www.preceden.com/timelines/351807-historia-de-la-profesi-n-del-nutri-logo#:~:text=Inicios%20en%20M%C3%A9xico&text=El%20Dr.,investigaci%C3%B3n%20de%20la%20alimentaci%C3%B3n%20popular.>

Burgos, D. E. M. E. & Perfil, V. T. M. (s. f.-a). BREVE HISTORIA DE LA NUTRICIÓN EN MÉXICO. Recuperado 21 de octubre de 2022, de <http://clasesprocesoalimentarionutricional.blogspot.com/2017/05/breve-historia-de-la-nutricion-en-mexico.html>